暮らしの相談

相談内容	実施日	受付時間・問合せ先	ところ	
教育相談	月～金	9:00～16:30 ☎ ㉕ 2457	旧小浜小学校内教育支援センターHARP	
総合でも相談	要予約 児童相談所による相談療育手帳判定	月～金 9:00～16:30 ☎ 0596 ㉗ 5143	南勢志摩児童相談所 (予約があるときのみ開催)	
	随時相談	月～金 9:00～16:30	保健福祉センターひだまり	
	要予約 心理カウンセラーによる相談 発達検査	4日(火) 18日(火)		「ほっぷ」 ☎ ㉕ 7221
	要予約 法律相談(弁護士)	27日(木)		☎ ㉕ 1188
	要予約 公証人相談	13日(木)		
要予約 一般相談②(何でも相談)	20日(木)	②一般相談は、3日前までに予約 (予約があるときのみ開催)		
障害相談	月～金	9:00～17:00 ☎ ㉕ 1183	市民課(市民文化会館1階)	
女性相談	月・水・金	9:00～17:00 ☎ ㉕ 1276		
要予約 交通事故相談	12日(水)	13:00～15:00 ☎ ㉕ 1126	市民課(市民文化会館1階)	
要予約 行政相談	18日(火)	13:30～15:30 ☎ ㉕ 1112		
要予約 人権相談		13:30～15:30 ☎ ㉕ 1141		
要予約 夜間納税相談	月～金	17:15～21:00 ☎ ㉕ 1132	税務課(市民文化会館2階)	
消費生活相談	月・金	9:00～16:00 ☎ ㉕ 1241	消費生活相談室(市民文化会館3階)	
要予約 就労相談	火・木		無料職業紹介所(市民文化会館3階)	

生活カレンダー

2月
February

朝市

あらしま朝市	あらしま新鮮組 ☎ 090-7950-4425
とき	第2・第4日曜日 8:00～10:00 ところ 安楽島漁協前
今浦朝市	麻生の浦会 ☎ 090-4117-2503
とき	第1・第3日曜日 8:00～10:00 ところ 旧今浦保育所
国崎朝市	国崎朝市実行委員会 ☎ 080-1576-1052
とき	第1・第3日曜日 8:30～10:00 ところ 国崎漁協近く

健康

健康福祉課健康係 ☎ ㉕ 1146

	日程など
毎月みんなでウォーキング	5日(水) 9:30～10:30 集合場所 ひだまり正面玄関前 ※雨天中止。3月の開催は4日(水)です。 ※3月は体力測定を実施します。希望者は午前9時にお越しください。
ストレッチ教室(腰痛予防)	毎週金曜日 ①9:30～10:15 ②10:30～11:15 ①・②のどちらかの時間を選んでください。
乳幼児健康相談	13日(木) 9:00～11:30 持ち物 母子健康手帳 ※母乳相談あり(要予約)
健康相談	3日(月)、17日(月) 9:00～12:00 担当 保健師
要予約 ころの健康相談	17日(月) 13:00～15:00 担当 保健師・福祉相談員
要予約 栄養相談	月曜～金曜日 9:00～17:00 担当 管理栄養士

子育て応援

●あそびの広場「だっこ」子育て支援センター ☎ ㉕ 7225

ところ	とき
子育て支援センター(あおぞら保育所2階)	月～金 9:00～11:30、13:00～15:30 ※子育て相談は、月～金 9:00～16:30

●子育てサロン 社会福祉協議会 ☎ ㉕ 1188

ところ	とき
相差女性活動センター	4日(火)、18日(火) 10:00～12:00
菅島コミュニティアリーナ	毎週水曜日 10:30～12:00

●子育て応援! 0.1.2.3 サークル 山本 ☎ 090-7953-7066
Facebook <https://www.facebook.com/toba.0.1.2.3>

開催日	内容(ひだまり2階・ひだまりホール 10:00～12:00)
6日(木)	腰痛さよなら～体操～保健師さんに習って家事しながらでもできる体操
13日(木)	保育士さんと遊ぼう♪～子育て支援センターだっこから先生が来てくれます♡
20日(木)	レンジでチン!お豆腐作り～参加費100円、マグカップ、スプーン、エプロン、マスク
27日(木)	桃の節句のお茶ごっこ&誕生会～裏千家の千草先生に楽しく教わります、参加費100円

納税

税務課 ☎ ㉕ 1132

税目	期別	納期限
固定資産税 都市計画税	第4期	3月2日(月)
国民健康保険税	第8期	3月2日(月)

今月の表紙

1月12日、鳥羽商工会議所かもめホールで新成人の門出を祝う令和初の成人式が開催されました。出席した新成人は華やかな振り袖やはかまに身を包み、旧友との再会を喜びました。参加者の一人は「これからは責任感のある大人としての自覚を持ちたい」と話してくれました。

高島 僕は昔からある使い捨てカイロやな。温かくていいんやけど、たまにポケットに入れたまま忘れて、肌が痛くなるわ。
木下 それ低温やけどですよ。
高島 気をつけんとな。カイロが不要になる季節が待ち遠しいわ。

松本 寒くて朝布団から出るのがつらくなってきました。
高島 僕も寒いのが苦手で、冷え性やし、指先温めるのにカイロ持ち歩いてるわ。
松本 最近は充電式のカイロとかも出ていますね。
木下 スマホの充電とかもできますよね。
高島 僕は昔からある使い捨てカイロやな。温かくていいんやけど、たまにポケットに入れたまま忘れて、肌が痛くなるわ。
木下 それ低温やけどですよ。

編集後記
広報マン